

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF
PADA ORANG LANJUT USIA DI PANTI WERDHA**

SKRIPSI

**Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**



**OLEH:
Rendy Ihromi
NRP: 9103014023**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
2018**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Rendy Ihromi

NRP : 9103014023

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang judul:

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA ORANG LANJUT USIA DI PANTI WERDHA

benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 20 Juli 2018

Yang membuat pernyataan,



RENDY IHROMI

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI


HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA ORANG LANJUT USIA DI PANTI WERDHA

OLEH:

Rendy Ihromi

NRP: 9103014023

Pembimbing Utama : Dr. dr. B. Handoko Daeng, Sp.KJ(K)


(.....)

Pembimbng Pendamping : Ninda Ayu Prabasari P., S.Kep., Ns., M.Kep


(.....)

Surabaya, 20 Juli 2018

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Rendy Ihromi
NRP : 9103014023

menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul : Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif pada Orang Lanjut Usia di Panti Werdha

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lainnya (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 20 Juli 2018

Yang menyatakan,



RENDY IHROMI





HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA ORANG LANJUT USIA DI PANTI WERDHA

Skripsi yang ditulis oleh Rendy Ihromi NRP. 9103014023 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 12 Juli 2018 dan telah dinyatakan lulus oleh,

Tim Penguji

- | | | |
|---------------|---|---|
| 1. Ketua | : Dr. dr. Inge Wattimena, M.Si | () |
| 2. Sekretaris | : Natalia Liana Susanti, SKM. | () |
| 3. Anggota | : Dr. dr. B. Handoko Daeng, Sp.KJ(K) | () |
| 4. Anggota | : Ninda Ayu Prabasari P., S.Kep., Ns., M.Kep. | () |

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keperawatan,



HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan pada Orang Tua saya Komaru Huda dan Emiliana, adik saya Agustin Khoirun Nisa dan Azzahro Saqifa Milda, Yulfia Rika Puspita Dewi dan teman-teman saya terkhusus angkatan ke-8 Fakultas Keperawatan yang telah mendukung dan mendoakan saya.

HALAMAN MOTTO

Jika di masa depan jalan kita nanti menyimpang, Nikmatilah jalan yang sedikit memutar itu.

~Ging~

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA ORANG LANJUT USIA DI PANTI WERDHA”. Laporan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan skripsi pada program Strata-1 di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini saya ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. dr. B. Handoko Daeng, Sp.KJ(K) selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan Dosen Pembimbing Utama atas bimbingan, saran dan motivasi yang telah diberikan.
2. Ibu Ninda Ayu Prabasari P. S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Dosen Pembimbing Pendamping atas bimbingan, saran dan motivasi yang telah diberikan.
3. Ibu Dr. dr. Inge Wattimena, M.Si dan Natalia Liana Susanti, SKM. selaku Dosen Penguji atas saran dan petunjuknya yang telah diberikan.
4. Segenap Dosen Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
5. Orang tua, saudara-saudara saya, atas doa, bimbingan serta kasih sayang yang selalu tercurah kepada saya selama ini.

6. Yulfia Rika Puspita Dewi yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.
7. Teman-teman saya, terkhusus angkatan tahun 2014 Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberi semangat.
8. Panti Werdha Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya yang telah membantu dalam jalannya penelitian saya, sehingga menjadi lancar.
9. Seluruh responden penelitian yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

Kami menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikannya, sehingga akhirnya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan khususnya keperawatan gerontik serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Amin

Surabaya, 20 Juli 2018

Peneliti

DAFTAR ISI

	HALAMAN
HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
HALAM PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	xvi
ABSTRAK.....	xvii
<i>ABSTRACT</i>	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	4
1.3. Tujuan Penelitian	4
1.4. Manfaat Penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1. Konsep Tidur	6
2.1.1. Definisi Tidur	6
2.1.2. Fungsi dan Tujuan Tidur	6

2.1.3.	Fisiologi Tidur	7
2.1.4.	Pengaturan Tidur	7
2.1.5.	Tahapan Tidur	8
2.1.6.	Kebutuhan Tidur	10
2.1.7.	Kualitas Tidur	11
2.1.8.	Komponen Kualitas Tidur	11
2.1.9.	Faktor yang Memengaruhi Kuantitas dan Kualitas Tidur	13
2.1.10.	Gangguan Tidur	15
2.2.	Konsep Fungsi Kognitif	17
2.2.1.	Definisi Fungsi Kognitif	17
2.2.2.	Faktor yang Memengaruhi Fungsi Kognitif.....	17
2.2.3.	Perubahan Kognitif pada Lansia	18
2.2.4.	Pengkajian Fungsi Kognitif	19
2.3.	Konsep Lansia	22
2.3.1.	Definisi Lansia	22
2.3.2.	Klasifikasi Lansia.....	22
2.3.3.	Proses Penuaan	23
2.3.4.	Faktor yang Memengaruhi Proses Penuaan	24
2.3.5.	Teori Proses Penuaan	26
2.3.6.	Perubahan yang Terjadi pada Lansia	27
2.4.	Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif pada Orang Lanjut Usia di Panti Werdha.....	31
BAB 3	KERANGKA KONSEPTUAL dan HIPOTESIS	33
3.1.	Kerangka Konseptual	33
3.2.	Hipotesis	34
BAB 4	METODE PENELITIAN.....	35
4.1.	Desain Penelitian	35
4.2.	Identifikasi Variabel Penelitian	35
4.3.	Definisi Operasional Variabel Penelitian	36
4.4.	Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	37
4.5.	Kerangka Kerja Penelitian	39
4.6.	Metode Pengumpulan Data.....	40
4.7.	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	43
4.8.	Teknik Analisa Data	45
4.9.	Etika Penelitian	47
BAB 5	HASIL PENELITIAN	50
5.1.	Karakteristik Lokasi Penelitian	50
5.2.	Hasil Penelitian	52
BAB 6	PEMBAHASAN.....	58
BAB 7	KESIMPULAN DAN SARAN	68
7.1.	Kesimpulan	68

7.2. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	74
ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	90

DAFTAR TABEL

HALAMAN

Tabel 2.1. Kebutuhan Tidur Normal Berdasarkan Usia.....	10
Tabel 4.1. Definisi Operasional Variabel Penelitian	36
Tabel 4.2. Kisi-kisi Variabel Penelitian: Kuesioner Kualitas Tidur	42
Tabel 4.3. Kisi-kisi Variabel Penelitian: Fungsi Kognitif	42
Tabel 4.4. Kisi-kisi Kuesioner Kualitas Tidur Setelah di Uji Validitas.....	44
Tabel 5.1. Jadwal Kegiatan Harian dan Bulanan Orang Lanjut Usia di di Panti Werdha Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya.	52
Tabel 5.2. Tabulasi Silang Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif pada Orang Lanjut Usia di Panti Werdha Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya.....	56

DAFTAR GAMBAR

HALAMAN

Gambar 3.1. Kerangka Konseptual Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif pada Orang Lanjut Usia di Panti Werdha	33
Gambar 4.1. Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif pada Orang Lanjut Usia di Panti Werdha.....	39
Gambar 5.1. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Panti Werdha Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya.....	53
Gambar 5.2. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Panti Werdha Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya	53
Gambar 5.3. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir di Panti Werdha Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya.....	54
Gambar 5.4. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Tinggal di Panti Werdha Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya.....	54
Gambar 5.5. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pernikahan di Panti Werdha Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya.....	55
Gambar 5.6. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Kualitas Tidur pada Orang Lanjut Usia di Panti Werdha Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya	55
Gambar 5.7. Diagram Pie Karakteristik Responden Berdasarkan Kualitas Tidur pada Orang Lanjut Usia di Panti Werdha Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya	56

DAFTAR LAMPIRAN

HALAMAN

Lampiran 1	Lembar Permintaan Menjadi Responden.....	74
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian	75
Lampiran 3	Lembar Kuesioner Data Demografi.....	76
Lampiran 4	Kuesioner Kualitas Tidur Sebelum di Uji Validitas dan Reliabilitas	77
Lampiran 5	Kuesioner Kualitas Tidur Sesudah di Uji Validitas dan Reliabilitas	79
Lampiran 6	Kuesioner Fungsi Kognitif (SPMSQ)	81
Lampiran 7	Surat Permohonan Survei Awal ke Panti Werdha	82
Lampiran 8	Hasil Uji Validitas Kuesioner Kualitas Tidur	83
Lampiran 9	Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Kualitas Tidur	85
Lampiran 10	Hasil Uji Statistik Korelasi <i>Spearman Rank</i>	86
Lampiran 11	Surat Pemohonan Ijin untuk Penelitian	87
Lampiran 12	Surat Balasan dari Panti	88
Lampiran 13	Hasil Rekapitulasi Penelitian	89

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	HALAMAN
HALAMAN JUDUL.....	90
HALAMAN PERSETUJUAN.....	91
ABSTRAK	92
<i>ABSTRACT</i>	92
PENDAHULUAN	93
METODE PENELITIAN.....	95
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	96
KESIMPULAN DAN SARAN.....	101
KEPUSTAKAAN	102
BIODATA PENULIS	104

ABSTRAK

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA ORANG LANJUT USIA DI PANTI WERDHA

oleh: Rendy Ihromi

Kepandaian dan keterampilan lanjut usia merupakan bagian yang berhubungan dengan fungsi kognitif, dipengaruhi antara lain oleh kualitas tidur. Gangguan tidur pada lanjut usia di Indonesia masih tinggi, yang dapat memengaruhi kualitas tidur. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan fungsi kognitif pada lanjut usia. Metode penelitian ini adalah *Cross Sectional*. Variabel independen penelitian ini adalah kualitas tidur dan dependen adalah fungsi kognitif. Populasi adalah keseluruhan lanjut usia di Panti Werdha St. Yosef Surabaya sebanyak 155 orang, sampel dengan kriteria inklusi lanjut usia yang memiliki teman sekamar dan kriteria eksklusi lanjut usia yang mengalami demensia, sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner kualitas tidur dan *short portable mental status questionnaire* yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Hasil uji statistik *Spearman Rank* terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan fungsi kognitif, dan memiliki kekuatan hubungan yang kuat serta arah hubungan positif. Itu berarti semakin baik kualitas tidur, semakin baik fungsi kognitifnya. Perhatian terhadap faktor yang berpengaruh pada kualitas tidur antara lain usia, penyakit, lingkungan, stres emosional, motivasi, dan kelelahan dapat lebih diprioritaskan di Panti Werdha sebagai sarana untuk mencapai fungsi kognitif lanjut usia yang optimal.

Kata kunci : Kualitas Tidur, Fungsi Kognitif, Lansia

ABSTRACT

RELATIONSHIP OF SLEEP QUALITY WITH COGNITIVE FUNCTION OF ELDERLY AT PANTI WERDHA

by: Rendy Ihromi

Cleverness and skills' elderly are the parts related to cognitive function, influenced among others by the sleep quality. Sleep disorders in elderly in Indonesia is still high, which can affect the sleep quality. This research was conducted to know the relationship between sleep quality with cognitive function of elderly. This reseacr method was Cross Sectional. Independent variable of this research is sleep quality and dependent variable is cognitive function. The population is the whole elderly at Panti Werdha St. Yosef Surabaya as many as 155 people, the samples with inclusion criteria elderly who have roomates and exclusion criteria elderly who have dementia, as many as 30 people. Sampling technique using purposive sampling. The reasearch instrument using sleep quality questionnaire and short portable mental status questionnaire have been tested for validity and reliability. Spearman Rank statistical test results have a significant relationship between sleep quality with cognitive function, and have strong relationship strength and direction of a positive relationship. It means that the better sleep quality, better cognitive function. Attention to factors that affect the sleep quality include age, illness, environment, emotional stress, motivation, and fatigue can be prioritized at Panti Werdha as a means to achieve optimal elderly cognitive function.

Keywords : *Sleep Quality, Cognitive Function, Elderly*